

Menüplan

28.09.2026-02.10.2026

KW 40	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Rote Beete Salat gebutterter Romanesco M,Se	BIO-Rohkost	BIO-Rohkost Schwarzwurzelgemüse in Rahm G,M,Se	BIO-Rohkost Blattsalat mit Karotte und Dressing E,G,M,Sf,Se	BIO-Rohkost Gurkensalat mit Dressing M,Sf,Se,G,E
Menü 1	Pasta (BIO-Pasta*) G,M mit TomatenpaprikaRahmsoße G,M,Se und Reibekäse M	Panierte Geflügelschnitzel E,G mit Kartoffelpüree M	Erbsencremesuppe (BIOErbsen*) (püriert) G,M,Se,Hf mit Vollkornbrötchen G	Hamburger (Rind) im Brötchen G,Sf,Sm mit Salat, Tomate und Ketchup 2	Pasta G,M G,M mit Lachssahnesoße G,L,M,Se
Menü 2 (Vegetarisch)	Falafelbällchen (pikant) G,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Joghurtsoße (aus BIOJoghurt*) M	Champignon-Rahmpfanne G,M mit Reis Se	Hirse-Gemüse-KäseBratling E,M,Se mit Salzkartoffeln und Kräutersoße (BIO-Milch*) G,M,Se	Veggie-Burger im Vollkornbrötchen G,M,Sf,Sj,Sm,Hf mit Salat, Tomate und Ketchup 2	Brokkoli-Nuggets E,G,M,Sj mit Reis (BIO-Reis*) Se und Curry-Schmand Dip M,2
Dessert	Milchreis M mit Zimt & Rohrzucker	Joghurt M mit Schokostreusel M	Haferkekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf, Wn	Frisches Obst	Müsliriegel E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) **M** = Milch und Milcherzeugnisse, **G** = glutenhaltiges Getreide, **Gw** = Weizen, **Gh** = Hafer, **Gr** = Roggen, **Gg** = Gerste, **Gd** = Dinkel, **Gk** = Grünkern, **E** = Ei und Eierzeugnisse, **En** = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, **Sj** = Soja und Sojaerzeugnisse, **Se** = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, **Mn** = Mandel und Mandelerzeugnisse, **Hn** = Haselnuss und Haselnusserzeugnisse, **Sm** = Sesam und Sesamerzeugnisse, **F** = Seelachs, Dorsch o. Hecht, **Sl** = Seelachs, **L** = Lachs, **Sf** = Senf und Senferzeugnisse, **Sw** = Schwefeldioxid u. Sulfite, **Hf** = Hülsenfrüchte, **Wn** = Walnüsse und Walnusserzeugnisse, **(1)** enthält Schweinefleisch, **(2)** mit Antioxidationsmittel, **(3)** mit Konservierungsstoffen, **(4)** mit natürlichen Farbstoffen



Empfehlung der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)



*Bio-Speisen und *Bio-Zutaten in Speisen kontrolliert durch Grünstempel DE-ÖKO-021